

Title	「ジャプジー」(口語訳)
Author(s)	溝上, 富夫
Citation	大阪外国語大学学報. 75(1-2) p.65-p.87
Issue Date	1988-03-31
oaire:version	VoR
URL	<a href="https://hdl.handle.net/11094/81175">https://hdl.handle.net/11094/81175</a>
rights	
Note	

*Osaka University Knowledge Archive : OUKA*

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

## 「ジャプジー」(口語訳)

溝 上 富 夫・訳

ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ

jəp(u)ji sahib

tr. by Tomio MIZOKAMI

<解説>「ジャプジー」(人格化してサーヒブをつけて呼ぶこともある)は、シク教の聖典『グル・グラント・サーヒブ』の最初の部分を構成する瞑想的讃歌集で、開祖グル・ナーナク自身の作といわれている。ジャプとは、神の名やマントラをくり返したり、瞑想したりすることで、シク教徒は、毎朝沐浴してから、主の御名をくり返し、主の偉大さを瞑想することが義務とされる。「ジャプジー」と並んで、グル・ゴービンド・シング作の「ジャープ」「サワイヤー」を、朝の沐浴後、唱えることになっているが、この「ジャプジー」は、シク教のエッセンスを最もよくあらわしたものの一つともよい。(右欄に原語によるテキストとその発音を音標文字で示す。)

神は唯一絶対で、その名は真理、すべての創造主、  
おそ  
怖れることのないお方、敵のないお方。

その姿は時を超え、生まれることなく、自照である。

神は師<sup>グル</sup>の恵みにより得られる。

神を瞑想せよ。

神ははじめから真理だった。この世の創造の前に真理だった。

ナーナクよ。神は今も真理だし、永久<sup>永遠</sup>に真理だろう。

〔ここまでの基本的教義という〕

何十万回考えても、考えるだけでは主は得られない。

いくら沈黙を続けて神を思念しても、心の中は癒や  
せない。

いくら世の財宝を積み重ねても、人はその飢えを癒  
やせない。

人は数知れぬ知恵をもっているが、ひとつとして彼  
と一緒に〔主のもとへ〕行くものはない。

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ  
ikongkar sat(i)nam(u)karta purkh(u)nirbho nirver(u)

ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥  
akal murt(i) ajuni sêben gur presad(i)

ਜਪੁ ॥  
jəp(u)

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥  
ad(i)sac(u) jugad(i)sac(u)

ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥  
he pī sac(u)nanek hosi pī sac(u)

ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ, ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥  
soce soc(i)ne hovai je soci lakhvar

ਦੁਪੈ ਦੁਪ ਨ ਹੋਵਈ, ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵਤਾਰ ॥  
dupai cup ne hovai je lai rēha livtar

ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ, ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥  
pūkhia pūkh ne utri je benna puria pār

ਸੁਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ, ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥  
sūha siaṇpa lakh hoi te ik ne chalē nal(i)

主についてこのように語る者は少なくない。

ਕਥਨਾ ਕਥੀ ਨ ਆਵੈ ਤੋਟਿ ॥  
kathna kethi ne ave toṭi(1)

何千万という人が、主について何千万という説明の仕方をする。

〔主の賜物はひじょうに大きく〕与える者として与えつづけるが、受け手の方は受けるのに疲れてしまう。

どの時代も、人は主の恵みのうちに生きてきた。

主は御心によって、人を道に歩まされる。

ナーナクよ。主は悦に入られ、〔人が何をいおうと〕意に介されない。

主は真理である。主の御名と真理により、主の無限の愛が我らに説かれた。

人は「主よ、恵みを与え給え」と懇願する。主は我らに恵みを施される。

〔それに応えて〕我らは、主の宮殿を拝めるような何を、主に供しようか。

主の愛を魅きつけるような言葉を我らの口からどう言い表わせようか。

早朝の神々しい時に、真の御名を唱え、主の偉大さを瞑想せよ。

善行によって〔肉体という〕衣服が得られ、主の恵みによってのみ、解脱への戸口が開かれる。

ナーナクよ。主はすべて自ら真理であると知れ。

主は〔像を作って〕置かれることはできない。

主は自ら清浄であられるから。

主に仕えた者のみ〔主の宮殿で〕名誉を受けた。

ナーナクよ。徳の宝である主の栄光を歌え。

主の愛を心に留め、主の讃歌を歌え、聞け。

ਕਥਿ ਕਥਿ ਕਥੀ ਕੋਟੀ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥  
kethi kethi kethi koṭi koṭi koṭi

ਦੇਦਾ ਦੇ, ਲੈਦੇ ਥਕੀ ਪਾਹਿ ॥  
deda de lede thaki pāi

ਜੁਗਾ ਜੁਗੰਤਰਿ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥  
Juga Juganter(i)khahi khāi

ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਏ ਰਾਹੁ ॥  
hukamī hukam(u)calae rā(u)

ਨਾਨਕ ਵਿਗਸੈ ਵੇਪਰਵਾਹੁ ॥੩॥  
nanak vigasē vepervā(u)

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ, ਸਾਚੁ ਨਾਇ, ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ ॥  
saca sahib(u)sac(u)nai pākhiā pāu apar(u)

ਆਖਹਿ ਮੰਗਹਿ ਦੇਹਿ ਦੇਹਿ, ਦਾਤਿ ਕਰੇ ਦਾਤਾਰੁ ॥  
akhē mēḡge de(i)de(i) dat(i)kare datār(u)

ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ, ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ ॥  
pheri ki aḡe rakhie jit(u)disē darbar(u)

ਮੁਹੇ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ, ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥  
muho ki bolē(u)bolie jit(u)suṇ(i)tāre piar(u)

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ, ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
amrit vela sac(u)nao vāḡiai vicar(u)

ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ, ਨਦਰੀ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥  
karmi ave kapṛa nedri mokh dvar(u)

ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ, ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥  
nanak ēve jāṇie sēb(u)ape saciār(u)

ਥਾਪਿਆ ਨ ਜਾਇ ਕੀਤਾ ਨ ਹੋਇ ॥  
thapia nē jāi kita nē hoī

ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਸੋਇ ॥  
ape api niranjan(u)soī

ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ ॥  
jin(i)sevia tin(i)paiā mān(u)

ਨਾਨਕ ਗਾਵੀਐ ਗੁਣੀ ਨਿਧਾਨੁ ॥  
nanak gaviē ḡṇi nīdān(u)

ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥  
gaviē suṇie mān(i)rakhiē pāo

〔そうすれば〕歌う者は苦しみが除かれ、幸せを家に運んでくれるだろう。

グルバーニーは主のお言葉であり、グルバーニーは主の知識である。

グルバーニーはあまねく偏在する。

シヴァ、ヴィシュヌ、ブラフマー、〔シヴァの妃〕パールヴァティーも、唯一のグルの顕現に外ならない。私は主を知っているとしても、主を表現することはできない。主は言葉では言い表わされない。

主は説かれた。あらゆる創造物の創り主は唯一であることを忘れまじと。

主のお気に召さぬならば、聖地巡礼や沐浴をして何になろう。

目に光るあらゆる被造物も、良い行ないがなければ、何が得られ、何を手にするだろうか。

主の教えを一つでも聞き入れるならば、心にダイヤモンド、宝石、ルビーが生まれる。

主は説かれた。あらゆる創造物の創り主は唯一であることを忘れまじと。

ある人の年齢が四年<sup>ガ</sup>紀になり、十倍になろうとも、九つの大陸<sup>カンド</sup>で知られ、すべての人が彼に従おうとも、

この世で名声を博し、栄光を獲得しようとも、主の恵みが得られぬなら、誰もかまってくれない。

虫ケラの中の虫ケラのように扱われ、最悪の罪人にさえ、その罪をなじられよう。

ナーナクよ。主は徳のない者にグナを与え、徳者にはさらにグナを与えられる。

このような有徳の主を、私は外に知らない。

〔主の御名を聞くことにより〕完璧<sup>シツグ</sup>な人、精神的英

ਦੁਖ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥  
dukh(u)parher(i)sukh(u)kõr(i)lê jai

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਵੇਦੰ,  
gurmukh(i)naðəngurmukh(i)vedən

ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥  
gurmukh(i)rêa semai

ਗੁਰੁ ਈਸਰੁ ਗੁਰੁ ਗੋਰਖੁ ਬਰਮਾ,  
gur(u) iser(u)gur(u)gorekh(u)berma  
ਗੁਰੁ ਪਾਰਬਤੀ ਮਾਈ ॥  
gur(u)parbeti mai

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ, ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥  
je hæu jana akha nahi kēṇa kethan(u) nê jai

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ,  
gura ik dēi buṛṛai sēbna jia ka ik(u) data  
ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੫॥  
so mē viser(i) nê jai

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵਾ, ਵਿਣੁ ਭਾਣੇ ਕਿ ਨਾਇ ਕਰੀ ॥  
tīreth(i)nava je tis(u) pāva vāṇ(u)pāṇe ki nai keri

ਜੇਤੀ ਸਿਰਹਿ ਉਪਾਈ ਵੇਖਾ, ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਕਿ ਮਿਲੈ ਲਈ ॥  
jēṭī sīrēḥ(i)upai vekha vāṇ(u)karma ki milē lai

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ,  
mat(i)vic(i)raten jəvəhar māṇik  
ਜੇ ਇਕ ਗੁਰੁ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ ॥  
je ik gur ki sikh suṇi

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ,  
gura ik dēi buṛṛai sēbna jia ka ik data  
ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੬॥  
so mē viser(i) nê jai

ਜੇ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਆਰਜਾ, ਹੋਰ ਦਸੁਣੀ ਹੋਇ ॥  
je jug care arja hor dəsūṇi hoi

ਨਵਾ ਖੰਡਾ ਵਿਚਿ ਜਾਣੀਐ, ਨਾਲਿ ਚਲੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥  
nava khaṇḍa vic(i)jāṇiē nāl(i)calē sēb koi

ਚੰਗਾ ਨਾਉ ਰਖਾਇ ਕੈ, ਜਸੁ ਕੀਰਤਿ ਜੀਗ ਲੇਇ ॥  
cāṅga nao rekhai kē jəs(u)kīretī jīg lēi

ਜੇ ਤਿਸੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ, ਤ ਵਾਤ ਨ ਪੁਛੈ ਕੈ ॥  
je tis(u)nədari nē avai tē vāt nē puchē kē

ਕੀਟਾ ਅੰਦਰਿ ਕੀਟੁ ਕਰਿ, ਦੇਸੀ ਦੇਸੁ ਧਰੇ ॥  
kiṭa āṇḍer(i)kiṭ(u)ker(i)dosi des(u) dhare

ਨਾਨਕ ਨਿਰਗੁਣਿ ਗੁਣੁ ਕਰੇ, ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਗੁਣੁ ਦੇ ॥  
nanek nirgūṇ(i) gūṇ(u)kere gūṇvāntia gūṇ(u) dē

ਤੇਹਾ ਕੋਇ ਨ ਸੁਝਈ, ਜਿ ਤਿਸੁ ਗੁਣੁ ਕੋਇ ਕਰੇ ॥੭॥  
teha koi nē suṛṛai ji tis(u)gūṇ(u)koi kere

ਸੁਣਿਐ, ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥  
suṇiē sīd pīr sur(i)nath

雄，<sup>ビートル</sup>宗教的指導者，ヨーギーとなれる。

〔主の御名を聞くことにより〕地と〔それを支える  
と伝説で言われる〕牡牛と天の本性が知れる。

〔主の御名を聞くことにより〕大陸と世界と下界が  
知れる。

〔主の御名を聞くことにより〕死が訪れることがで  
きない。

ナーナクよ。主を崇める者はいつも幸せである。

〔主の御名を聞くことにより〕悲しみと罪が消える。

〔主の御名を聞くことにより〕死の神，創造の神，  
雨の神〔の地位〕が得られる。

〔主の御名を聞くこと〕<sup>よこしま</sup>邪な者さえ，主の讃歌を口ず  
さむようになる。

〔主の御名を聞くこと〕<sup>いきもの</sup>生物は主と一体となる方法と  
身体の神秘を知る。

〔主の御名を聞くこと〕<sup>シヤーストラ スムリタイ</sup>法典と聖伝文学とヴェーダの  
知識が得られる。

ナーナクよ。<sup>バガト</sup>大聖人はいつも幸せである。

〔何故なら，主の御名を聞くこと〕苦しみも罪も消え，  
真理と満足と知識が得られ，  
六十八の聖地で沐浴するのと同じ結果が得られる。

主の御名を聞き〔それを〕何度も学ぶことにより，  
人は名誉を受ける。

〔主の御名を聞くこと〕容易に主の瞑想が得られる。

ナーナクよ。<sup>バガト</sup>大聖人はいつも幸せである。

〔何故なら，主の御名を聞くこと〕苦しみも罪も消え，  
<sup>グナ</sup>徳の深い海に浸ることができる。

<sup>ビートル</sup>学者，精神的指導者，君主になれる。

ਸੁਣਿਐ, ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥  
suṇiē t̥ṛti t̥ṵval ākas

ਸੁਣਿਐ, ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥  
suṇiē dip lo patāl

ਸੁਣਿਐ, ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥  
suṇiē pōi nā sakē kal(u)

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥  
nanak p̄gta sādā vigas(u)

ਸੁਣਿਐ, ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥  
suṇiē dūkh pap ka nās(u)

ਸੁਣਿਐ, ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ ॥  
suṇiē iser(u)berma ind(u)

ਸੁਣਿਐ, ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥  
suṇiē mukh(i)salahəṇ m̄nd(u)

ਸੁਣਿਐ, ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦੁ ॥  
suṇiē jog juḡat(i)tan(i)p̄d

ਸੁਣਿਐ, ਸਾਸਤ ਸਿੰਮਿਤਿ ਵੇਦੁ ॥  
suṇiē sasat simrit(i)ved

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥  
nanak p̄gta sādā vigas(u)

ਸੁਣਿਐ, ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥  
suṇiē dūkh pap ka nās(u)

ਸੁਣਿਐ, ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥  
suṇiē sat s̄ntokh gian(u)

ਸੁਣਿਐ, ਅਠਸਠਿ ਕਾ ਇਸਨਾਨੁ ॥  
suṇiē aṭhsaṭh(i)ka isnaṇ(u)

ਸੁਣਿਐ, ਪਤਿ ਪਤਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥  
suṇiē p̄ṭi p̄ṭi pav̄h man(u)

ਸੁਣਿਐ, ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥  
suṇiē lagē s̄h̄j(i)ṭiān(u)

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥  
nanak p̄gta sādā vigas(u)

ਸੁਣਿਐ, ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥  
suṇiē dūkh pap ka nās(u)

ਸੁਣਿਐ, ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗੁਣ ॥  
suṇiē sara ḡṇa kē ḡṇ

ਸੁਣਿਐ, ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥  
suṇiē sekh pīr pat(i)sā

目の見えない人も、道が分かるようになる。

ਸੁਣਿਐ, ਅੰਧੇ ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥  
suṇiē andē pavēh(i) rā(u)

測り知れない主のところに手が届く。

ਸੁਣਿਐ, ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥  
suṇiē hath hovē asgā(u)

ナーナクよ。大聖人はつねに幸わせである。

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥  
nanak pēgta sēda vigaṣ(u)

〔何故なら、主の御名を聞くと〕苦しみも罪も消える。

ਸੁਣਿਐ, ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੧॥  
suṇiē dukh pap ka nāṣ(u)

信仰の状態は名状し難い。

ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥  
mēne kī gati kē nē jāi

〔敢えてそれを〕名状しようとする者は後で悔いる。

ਜੇ ਕੇ ਕਹੈ, ਪਿਛੈ ਪਛਤਾਇ ॥  
jē kē kē pichē pēch(u)taī

紙やペンやどんな書記も、座ってこの状態を記述したり思いをめぐらすことはできない。

ਕਾਗਦਿ, ਕਲਮ ਨ ਲਿਖਣਹਾਰੁ ॥  
kāgēd(i) kēlēm nē likhṇāhar(u)

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥  
ēsa nām(u)nirāṇjan(u)hoī

主の御心に従う人は、主の心が分かる人だ。

ਜੇ ਕੇ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੨॥  
jē kē mēnn(i)jāṇē mēn(i)koī

〔主の御名を心から〕信じると、意識と神の知恵が人の心に生まれる。

ਮੰਨੈ, ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥  
mēne surat(i)hovē mēn(i)būḍ(i)

〔主の御名を心から〕信じると、あらゆる世界の知識が得られる。

ਮੰਨੈ, ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥  
mēne sagal bhvaṇ kī sūḍ(i)

〔主の御名を心から〕信じると、顔に怪我をしない〔罪を受けない〕。

ਮੰਨੈ, ਮੁਹਿ ਚੋਟਾ ਨ ਖਾਇ ॥  
mēne muh(i)coṭa nā khai

〔主の御名を心から〕信じると、人は冥神と一緒に行かない〔ヤマを恐れることはない〕。

ਮੰਨੈ, ਜਮ ਕੈ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਇ ॥  
mēne jām kē sāth(i) nā jāi

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥  
ēsa nām(u)nirāṇjan(u)hoī

〔主の御名を心から〕信じると、その行く道に障害はなくなる。

ਜੇ ਕੇ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੩॥  
jē kē mēnn(i)jāṇē mēn(i)koī

〔主の御名を心から〕信じると、名誉と尊厳をもってこの世を去ることができる。

ਮੰਨੈ, ਮਾਰਗਿ ਠਾਕ ਨ ਪਾਇ ॥  
mēne mārg(i)ṭhāk nā pai

ਮੰਨੈ, ਪਤਿ ਸਿਉ ਪਰਗਟੁ ਜਾਇ ॥  
mēne pat(i)sio pargat(u)jāi

〔主の御名を心から〕信じると、〔狭量なセクト的〕道を歩まない。

〔主の御名を心から〕信じると、<sup>グル</sup>正義と関わりを持つ。

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

主の御心に従う人は、主の心が分かる人だ。

〔主の御心を心から〕信じると、解脱への戸口を得る。

〔主の御心を心から〕信じると、家族をも正しくすることができる。

〔主の御心を心から〕信じると、自らを救い、グルの教えに従う者を救うことができる。

ナーナクよ。〔主の御心を心から〕信じると、施しを求めて<sup>乞食</sup>乞食する必要はなくなる。

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

主の御心に従う人は、主の心が分かる人だ。

〔グルの宮殿で〕選ばれた者こそすぐれている。

その者こそ宮殿であがめられる。

彼らは主の宮殿で〔名譽に〕輝く。

彼らは、グルのみに注目する。

主の<sup>グナ</sup>徳を語り考えたくとも、その<sup>みわざ</sup>御業は数えられない。

〔地球を支えるとされる想像上の〕<sup>ダルマ</sup>牡牛は法であり、<sup>ダルマ</sup>法は慈悲の息子である。

心の満足が全世界の秩序を保っている。

ਮੰਨੈ, ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ ॥  
mənne mag(u)nə calē panth(u)

ਮੰਨੈ, ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥  
mənne tərəm seti sanbōnd(u)

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥  
esa nam(u)nirāñjan(u)hoi

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੪॥  
je ko mən(n(i)jaṇṇē mən(i)koi

ਮੰਨੈ, ਪਾਵਹਿ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥  
mənne pavṇē mokh dūvar(u)

ਮੰਨੈ, ਪਰਵਾਰੈ ਸਾਧਾਰੁ ॥  
mənne pərvare sadār(u)

ਮੰਨੈ, ਤਰੈ ਤਾਰੇ ਗੁਰੁ ਸਿਖੁ ॥  
mənne tere tare gur(u)sikh

ਮੰਨੈ, ਨਾਨਕ ਭਵਹਿ ਨ ਭੁਖਿ ॥  
mənne nanek bhavṇē nē bhikh

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥  
esa nam(u)nirāñjan(u)hoi

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੫॥  
je ko mən(n(i)jaṇṇē mən(i)koi

ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ਪੰਚ ਪਰਧਾਨੁ ॥  
pañc parvaṇ pañc pardān(u)

ਪੰਚੇ, ਪਾਵਹਿ ਦਰਗਾਹਿ ਮਾਨੁ ॥  
pañce pavai dergai man(u)

ਪੰਚੇ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਰਾਜਾਨੁ ॥  
pañce sohai der(i)rajan(u)

ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ ॥  
pañca ka gur(u)ek(u)ṭhian(u)

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ, ਕਰੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
je ko kehṇē kare vīcār(u)  
ਕਰਤੇ ਕੈ ਕਰਣੈ, ਨਾਹੀ ਸੁਮਾਰੁ ॥  
kerte kē kəṇṇē nahi sumār(u)

ਪੋਲੁ ਧਰਮੁ, ਦਇਆ ਕਾ ਪੁਤੁ ॥  
tōl(u)tōram(u)daia ka put(u)

ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ ॥  
santokh(u)thap(i)rekhia jin(i)sut(i)



牡牛がどれほどの重荷を支えているかを理解する者は、<sup>まこと</sup>真の人間となる。

この地球以外にも、他に多くの世界がある。

それらの世界を下から支える力は何か。

この世の<sup>いさものの</sup>生物の種類、色の名前を、創造主のペンはつねに書きつづけた。

しかし、この書き方を知る者は少ない。

書きはじめると、際限なき大冊となろう。

主よ。あなたの力はいかに大きく、あなたのお姿はいかに美しいことよ。

あなたの恵みの大きさは、誰も測り知れない。

主の一言で、この世は創造された。

そこから何十万という河が流れはじめた。

あなたの創造〔の偉大さ〕を私は測り知れない。

私は一度たりとも、この身をあなたに捧げることができない。

あなたのお気に召されるものは良き行ない。

あなたはつねに安寧にして形無きお方である。

あなたの瞑想は数知れない。あなたの愛は無限。

礼拝は数知れず行なわれ、苦行も数知れずある。

聖典の数は無数にあり、ヴェーダ<sup>そらん</sup>を誦<sup>そらん</sup>ずる者も無数にいる。

ਜੇ ਕੇ ਬੁਝੈ ਹੋਵੈ ਸਚਿਆਰੁ ॥ ਧਵਲੈ ਉਪਰਿ ਕੇਤਾ ਭਾਰੁ ॥  
je ko bujē hove sēcīar(u) tēvalē uper(i)keta pāṛ(u)

ਧਰਤੀ ਹੋਰੁ, ਪਰੈ ਹੋਰੁ ਹੋਰੁ ॥  
tērti hor(u)pāre hor(u)hor(u)

ਤਿਸ ਤੇ ਭਾਰੁ, ਤਲੈ ਕਵਣੁ ਜੋਰੁ ॥  
tis te pāṛ(u) talē kavaṇ(u) jor(u)

ਜੀਅ ਜਾਤਿ, ਰੰਗਾ ਕੇ ਨਾਵ ॥  
jī jati rangā ke nav  
ਸਭਨਾ ਲਿਖਿਆ ਵੁੜੀ ਕਲਾਮ ॥  
sābna likhia' vūṛī kalam

ਏਹੁ ਲੇਖਾ ਲਿਖਿ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥  
e(u) lekha likhi jāṇe koi

ਲੇਖਾ ਲਿਖਿਆ ਕੇਤਾ ਹੋਇ ॥  
lekha likhia keta hor

ਕੇਤਾ ਤਾਣੁ, ਸੁਆਲਿਹੁ ਰੂਪੁ ॥  
keta taṇ(u)sualī(u) rup(u)

ਕੇਤੀ ਦਾਤਿ, ਜਾਣੈ ਕੋਟੁ ਕੂਤੁ ॥  
kati dat(i) jāṇe koṭ(u) kut(u)

ਕੀਤਾ ਪਸਾਉ, ਏਕੋ ਕਵਾਉ ॥  
kita pasao eko kəvao

ਤਿਸ ਤੇ ਹੋਏ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥  
tis te hoe lakh derīao

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ, ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
kudret(i)kəvaṇ kâ vicar(u)

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥  
var(i)a nē java ek var

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥  
jo tūḍ(u)pāve sai pāli kar

ਤੂੰ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੬॥  
tu sēda salamet(i)nirāṅkar

ਅਸੰਖ ਜਪ ਅਸੰਖ ਭਾਉ ॥  
esəṅkh jap əsəṅkh pāo

ਅਸੰਖ ਪੂਜਾ ਅਸੰਖ ਤਪ ਤਾਉ ॥  
esəṅkh pūjā əsəṅkh tēp tao

ਅਸੰਖ ਗਰੰਥ ਮੁਖਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ॥  
esəṅkh grānth mukh(i)ved pāṭh

世俗を離脱した行者も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਜੋਗ ਮਨਿ ਰਹਹਿ ਉਦਾਸ ॥  
əsaŋkh jog mən(i) rəha(i)udas

主の徳と知識を瞑想する大聖人も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਭਗਤ, ਗੁਣ ਗਿਆਨ ਵੀਚਾਰ ॥  
əsaŋkh pəgət guṇ gian vicar

敬虔な人は数知れず、篤志家も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਸਤੀ, ਅਸੰਖ ਦਾਤਾਰ ॥  
əsaŋkh səti əsaŋkh datar

鉄を口にするようなつわものも無数にいる。

ਅਸੰਖ ਸੂਰ, ਮੂਹ ਭਖ ਸਾਰ ॥  
əsaŋkh sur mū pəkh sar

一心に主を愛し瞑想して沈黙を続ける隠者も無数いる。

ਅਸੰਖ ਮੋਨਿ, ਲਿਵ ਲਾਇ ਤਾਰ ॥  
əsaŋkh mon(i)liv lai tar

あなたの創造〔の偉大さ〕を私は測り知れない。

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ, ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
kudret(i)kəvaṇ kâ vicar

私は一度たりとも、この身をあなたに捧げることができない。

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥  
varia nē java ek var

あなたのお気に召されるものは良き行ない。

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ, ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥  
jē tuṁpəvə sai pəli kar

あなたはつねに安寧にして形無きお方である。

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ, ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੭॥  
tu sēda salamat(i)nirəṅkar

〔あなたの存在が〕 見えない愚か者は無数にいる。

ਅਸੰਖ ਮੂਰਖ ਅੰਧ ਘੋਰ ॥  
əsaŋkh murekh ənd kōr

盗人や不当な稼ぎをする者も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਚੋਰ ਹਰਾਮਖੋਰ ॥  
əsaŋkh cor harāmkhor

力づくで人を押さえつける為政者も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਅਮਰ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਜੋਰ ॥  
əsaŋkh əmər kəri jâi jor

生物ののどを切り、殺戮を犯す者も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਗਲਵਢ, ਹਤਿਆ ਕਮਾਹਿ ॥  
əsaŋkh gəlvəṭhətia kəmaî

無数の罪人が罪を犯す。

ਅਸੰਖ ਪਾਪੀ, ਪਾਪੁ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥  
əsaŋkh papi pap(u) kəri jâi

欺瞞の中にさまよう者も無数いる。

ਅਸੰਖ ਕੂੜਿਆਰ, ਕੂੜੇ ਫਿਰਾਹਿ ॥  
əsaŋkh kuṛiār kuṛē phirâi

汚れたものを食べる卑しい者も数知れずいる。

ਅਸੰਖ ਮਲੇਛ, ਮਲੁ ਭਖਿ ਖਾਹਿ ॥  
əsaŋkh məleχ məl(u)pəkh(i) khâi

頭に他人の罪の重荷を負って人を誹る者は数知れない。

ਅਸੰਖ ਨਿੰਦਕ, ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ ਭਾਰੁ ॥  
əsaŋkh nindək siri kərəṭ pâr(u)

ナーナクは自らを卑<sup>いや</sup>しめて言う。

ਨਾਨਕੁ ਨੀਦੁ ਕਹੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
nanek(u)nic(u)keê vicar(u)

私は一度たりとも、この身をあなたに捧げることができないと。

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥  
varia ne java ek var

あなたのお気に召されるものは良き行ない。

ਜੇ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ, ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥  
jo tûd(u)pāve sai pēli kar

あなたはつねに安寧にして形無きお方である。

ਤੂੰ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ, ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੮॥  
tu sada salamet(i) nireṅkar

主の御名は無限。その住まわれる所も無限。

ਅਸੰਖ ਨਾਵ, ਅਸੰਖ ਥਾਵ ॥  
asəṅkh nav əsəṅkh thav

主の世界は無限で、到達し得ず、知り得ない。

ਅਗੰਮ ਅਗੰਮ ਅਸੰਖ ਲੋਅ ॥  
əgəmm əgəmm əsəṅkh lo

〔それらを〕「数限りない」と呼ぶことさえ、頭に罪の重荷を負うのに似ている。

ਅਸੰਖ ਕਹਿ, ਸਿਰਿ ਭਾਹੁ ਹੋਇ ॥  
əsəṅkh kēi sir(i)par(u)hoi

ことばにより、主の御名が唱えられ、ことばにより主が讃えられる。

ਅਖਰੀ ਨਾਮੁ, ਅਖਰੀ ਸਾਲਾਹ ॥  
ekhri nam(u) ekhri salā

ことばにより、主の知恵と徳が唱えられる。

ਅਖਰੀ, ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥  
ekhri gian(u) gīt guṇ gā

ことばにより、主の御言葉が書かれる。

ਅਖਰੀ, ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਥਾਣਿ ॥  
ekhri likhəṇ(u)boləṇ(u)ṭhāṇi

ことばにより、生物<sup>いきもの</sup>の額に運命が書かれる。

ਅਖਰਾ ਸਿਰਿ, ਸੰਜੋਗੁ ਵਖਾਣਿ ॥  
ekhra sir(i) saṅjog(u) vekhəṇ(i)

しかし、この運命を書き給うた主の頭<sup>こゝべ</sup>には、運命は及ばない。

ਜਿਨਿ ਏਹਿ ਲਿਖੇ ਤਿਸੁ ਸਿਰਿ ਨਾਹਿ ॥  
jin(i) ēi likhe tis(u) sir(i) nāi

主の命じられるままに人は従う。

ਜਿਵ ਫੁਰਮਾਏ, ਤਿਵ ਤਿਵ ਪਾਹਿ ॥  
jiv phurmae tiv tiv pāi

主の創造は偉大であり、主の名声も偉大である。

ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ, ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥  
jeta kita teta nao

主の御名のないところはない。

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ, ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥  
viṇ(u)navē nāi ko thao

あなたの創造〔の偉大さ〕を私は測り知れない。

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ, ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
kudret(i)kevaṇ kēa vicar(u)

私は一度たりとも、この身をあなたに捧げることができない。

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥  
varia ne java ek var

あなたのお気に召されるものは良き行ない。

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ, ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥  
jo tūḍ(u)pāve sai pāli kar

あなたはつねに安寧にして形無きお方である。

ਤੂੰ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ, ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੯॥  
tu sēda salamat(i) nireṅkar

汚れた手・足・体は水で洗うときれいになる。

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹੁ ॥ ਪਾਲੀ ਧੋਤੈ, ਉਤਰਸੁ ਧੋਹੁ ॥  
pārie heth(u)per(u)tān(u)dēpaṇi tōṭe utres(u)khō

尿で汚れた衣は石鹼で洗うときれいになる。

ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥ ਦੇ ਸਾਬੁਣੁ, ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥  
mut paliti kapaṛ(u)hoi de sabuṇ(u)leie ōu tōi

しかし、罪で汚れた心は、主の御名という愛で洗うときれいになる。

ਭਰੀਐ ਮਤਿ, ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ ਓਹੁ ਧੋਪੈ, ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥  
pārie mat(i) papa ke saṅg(i)ou tōpe nāve ke raṅg(i)

ただ口先では、篤信の人にも罪人にもなれない。

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ, ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥  
punni papi akhaṇ(u) nāi

何度もくり返す行為が心に刻まれる。

ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ, ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥  
kari kari karaṇa likhi le jā

人は自分で種を蒔き〔それを〕刈りとる。

ਆਪੇ ਬੀਜਿ, ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥  
ape biḷ(i) ape hī khā(u)

ナーナクよ。主の御心により、人はこの世に来て去る〔輪廻をくり返す〕。

ਨਾਨਕ, ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥  
nanak hukemi avōu jāu

聖地巡礼、苦行、慈悲、施しをしたとしても、ごまつぶほどの〔小さな〕名誉を受けるだけ。

ਤੀਰਥੁ ਤਪੁ ਦਇਆ ਦਤੁ ਦਾਨੁ ॥  
tīreth(u)tap(u)daia dat(u) dan(u)  
ਜੋ ਕੇ ਪਾਵੈ, ਤਿਲ ਕਾ ਮਾਨੁ ॥  
jo ke pāve til ka mānu(u)

〔心から主の御名を〕聞き、信じ愛する者は〔誰でも〕心の中の巡礼の場で、汚れを落とすことができる。

ਸੁਣਿਆ, ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ ॥  
suṇia mēnnia mēn(i) kita pāo  
ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ, ਮਲਿ ਨਾਉ ॥  
āntarगतi tīreth(i) mal(i) nao

主よ。あらゆる<sup>グナ</sup>徳はあなたのもので、私には何もない。

ਸਭਿ ਗੁਣ ਤੇਰੇ, ਮੈ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥  
sēb(i)guṇ tere me nāi koi

徳を高めることなく、主に帰依することはできない。

ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ, ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ ॥  
viṇ(u)guṇ kite pāget(i) nō hoi

自らこの世のものであられ、ブラフマー等の御言葉であられる主を私は頂礼する。

ਸੁਆਸਤਿ ਆਥਿ ਬਾਣੀ ਬਰਮਾਉ ॥  
suasat(i) ath(i) baṇi barmāo

真<sup>マコト</sup>であり美である主の御心には、つねに喜びがある。

ਸਤਿ ਸੁਹਾਣੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥  
sat(i)suhaṇ(u) sēda mēn(i) cāo

この世が創造されたのはいつのことで、どの瞬間で、

ਕਵਣੁ ਸੁ ਵੇਲਾ, ਵਖਤੁ ਕਵਣੁ,  
kēvaṇ(u)su vēla vakhet(u) kēvaṇ(u)

どの日付で何曜日で、どの季節で何月だったのか。

ਕਵਣ ਥਿਤਿ, ਕਵਣੁ ਵਾਰੁ ॥  
kēvaṇ thit(i) kēvaṇ(u) var(u)

プラーナに書かれているのに、<sup>バンドゥ</sup>学僧は、  
創造がいつか分らない。

〔ムスリムの〕カーギーも、コラーンに書かれてい  
ても、その創造の時を知らない。

ヨーギーも、日付、曜日、月、季節を知らない。

天地を創られた創造主だけがその時をご存知だ。

主よ。私はあなたをどのように表わし、どのように  
讃え、どのように描写し、どのように知ることがで  
きるでしょう。

ナーナクよ。すべての者が主の話をして人よりも賢  
くなろうとする。

主は偉大な王で、御名は偉大である。

すべては、主の<sup>ひま</sup>御業に従って起こる。

ナーナクよ。〔主について〕知っているなどという者  
がおれば、〔その者は〕来世で祝福されぬだろう。  
冥界の下に冥界があり、空の上に幾十万の空がある。

主の限界を人はさがし求めて疲れきった。ヴェーダ  
も一つのこと〔この世の空しさ〕を説く。  
一万八千の世界があるとコラーンはいうが、<sup>かなめ</sup>要は無  
限の主があるだけ。

〔主の無限性を〕書こうとすれば、人をそれを書いて  
いるうちに命果ててしまう。

ナーナクよ。主を偉大といえ。主は自らをご存知だ。

いくら主を讃えても、人は主の偉大さを知る力をも  
たなかった。

海に注ぐ川が海の大さを知らないように。

ਕਵਣ ਸਿ ਰੁਤੀ, ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ, ਜਿਤੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥  
kevaṇ si rutī māu kevaṇ(u) jīt(u) hoā akar(u)

ਵੇਲ ਨ ਪਾਈਆ ਪੰਡਤੀ, ਜਿ ਹੋਵੈ ਲੇਖੁ ਪੁਰਾਣੁ ॥  
vel nē paia paṇḍetī jī hove lekh(u) purāṇ(u)  
ਵਖਤੁ ਨ ਪਾਇਓ ਕਾਦੀਆ, ਜਿ ਲਿਖਨਿ ਲੇਖੁ ਕੁਰਾਣੁ ॥  
vakhet(u) nē paio kadia jī likhan(i) lekh(u) kurāṇ(u)

ਥਿਤਿ ਵਾਹੁ ਨਾ ਜੋਗੀ ਜਾਣੈ, ਰੁਤਿ ਮਾਹੁ ਨਾ ਕੋਈ ॥  
thit(i) var(u) nā jogī jāṇe rut(i) māu nā koī

ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ, ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥  
jā karta sirṭhī ko sājē ape jāṇe soī

ਕਿਵ ਕਰਿ ਆਖਾ ਕਿਵ ਸਾਲਾਹੀ,  
kiv keri akha kiv salāhī  
ਕਿਉ ਵਰਨੀ ਕਿਵ ਜਾਣਾ ॥  
kiu varnī kiv jāṇa

ਨਾਨਕ, ਆਖਣਿ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ,  
nanak akheṇ(i) sṛb(u) ko akhe

ਇਕ ਦੂ ਇਕੁ ਸਿਆਣਾ ॥  
ik dū ik(u) siāṇa

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਵਡੀ ਨਾਈ,  
veḍa sahib(u) veḍī nai

ਕੀਤਾ ਜਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ॥  
kita jā ka hove

ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪੇ ਜਾਣੈ, ਅਗੈ ਗਇਆ ਨ ਸੋਹੈ ॥੨੧॥  
nanak jē ko apo jāṇe agē gaia nē sohe

ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ, ਆਗਾਸਾ ਆਗਾਸ ॥  
patala patal lakh agasa agas

ਓੜਕ ਓੜਕ ਭਾਲਿ ਥਕੇ, ਵੇਦ ਕਹਨਿ ਇਕ ਵਾਤ ॥  
oḱek oḱek pāl(i) thake ved kēn(i) ik vat

ਸਹਸ ਅਠਾਰਹ ਕਹਨਿ ਕਤੇਬਾ, ਅਸੁਲੁ ਇਕੁ ਧਾਤੁ ॥  
sēs aṭharā kēn(i) keteba asulū ik(u) dhāt(u)

ਲੇਖਾ ਹੋਇ ਤ ਲਿਖੀਐ, ਲੇਖੈ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥  
lekha hoi tē likhīe lekhe hoi viṇās(u)

ਨਾਨਕ, ਵਡਾ ਆਖੀਐ, ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੁ ॥੨੨॥  
nanak veḍa akhīe ape jāṇe ap(u)

ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਿ, ਏਤੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਪਾਈਆ ॥  
salāhī salāhī eti suṛat(i) nē paia

ਨਦੀਆ ਅਤੈ ਵਾਹ, ਪਵਹਿ ਸਮੁੰਦਿ, ਨ ਜਾਣੀਅਹਿ ॥  
nadia atē vā pavē samundi nē jāṇīē

海山のように、巨万の富を持つ王も、心に主を忘れぬ蟻〔のように小さい<sup>いさものの</sup>生物〕にも及ばない。

主を讃える言葉も終りなく、主を讃える人も限りない。

主の御業<sup>みわざ</sup>も限りなく、主の恵みも限りない。

主の見られるもの、聞かれるものも限りない。

主の御心は無限で、  
主の創り給うた物も無限。

その境界は果てしない。

主の限界を知りたいと多くの者は嘆く。

しかし、主の際限は知られない。

誰も主の限界を知り得ない。

多くを語れば語るほど、分からなくなる。

主は偉大で、御座は高い。

主の御名は最も高き者よりもさらに高い。

主と同じほど高位にいるものだけが主を知ることができる。

主の偉大さは、主自らがよく知っておられる。

ナーナクよ。慈悲深い主の恵みにより、我らは祝福を受ける。

主の恵みの大きさは書くことができない。

ਸਮੁੰਦ ਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨ, ਗਿਰਹਾ ਸੇਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ॥  
səmund sã sultan girha seti mal(u) tñn(u)  
ਕੀੜੀ ਤੁਲਿ ਨ ਹੋਵਨੀ, ਜੇ ਤਿਸੁ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰਹਿ ॥੨੩॥

kiṛi tul(i) nã hovani jẽ tis(u)menã(u)nã visarẽ  
ਅੰਤੁ ਨ ਸਿਫਤੀ, ਕਹਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

ənt(u)nã siphatĩ kēṇ(i) nã ənt(u)

ਅੰਤੁ ਨ ਕਰਣੈ, ਦੇਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

ənt(u) nã karəṇẽ deṇ(i) nã ənt(u)

ਅੰਤੁ ਨ ਵੇਖਣਿ, ਸੁਣਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

ənt(u) nã vekhəṇ(i)suṇṇ(i) nã ənt(u)

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ, ਕਿਆ ਮਨਿ ਮੰਤੁ ॥

ənt(u)nã japẽ kia mən(i)mənt(u)

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕੀਤਾ ਆਕਾਰੁ ॥

ənt(u) nã japẽ kita akar(u)

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥

ənt(u) nã japẽ paravar(u)

ਅੰਤ ਕਾਰਣਿ ਕੇਤੇ ਬਿਲਲਾਹਿ ॥

ənt karəṇ(i)kete billāi

ਤਾ ਕੇ ਅੰਤ ਨ ਪਾਏ ਜਾਹਿ ॥

ta ke ənt nã pae jāi

ਏਹੁ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥

ēu ənt(u) nã jāṇẽ koi

ਬਹੁਤਾ ਕਹੀਐ, ਬਹੁਤਾ ਹੋਇ ॥

bṯta kṯiẽ bṯta hoĩ

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ, ਉਚਾ ਥਾਉ ॥

veḍa sahib(u) uca thao

ਉਚੇ ਉਪਰਿ ਉਚਾ ਨਾਉ ॥

uce upər(i)uca nao

ਏਵਡੁ ਉਚਾ ਹੋਵੈ ਕੋਇ ॥ ਤਿਸੁ ਉਚੇ ਕਉ, ਜਾਣੈ ਸੋਇ ॥  
evəḍ(u)uca hove koi tis(u) uce kəo jāṇẽ soi

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਜਾਣੈ ਆਪਿ ਆਪਿ ॥

jẽvəḍ(u)ap(i)jāṇẽ ap(i) ap(i)

ਨਾਨਕ, ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥੨੪॥

nanak nadri kərmĩ dat(i)

ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ, ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥

bota kərem(u) likhia na jāi

偉大な主は施しのみをなさり、ごまほどの少量もど  
ん欲心はお持ちにならない。  
無数の兵士が主の恵みを乞う。

ਵਡਾ ਦਾਤਾ, ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥  
veḍa data til(u)ne tomar

ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਪ ਅਪਾਰ ॥  
kete mangē jōd apar

主に思いをはせる者は数知れずいる。

ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
ketia gaṇet nāhi vicar(u)

悪い行ないにふけて、身を滅ぼす者も多い。

ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥  
kete khaṭ(i) tuṭē vekar

つねに主の恵みを受けながら、それを拒否する者も  
多くいる。

ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰਿ ਪਾਹਿ ॥  
kete le le mukar(i) pāi

〔感謝の気持なく〕主の恵みをむさぼり食いつづけ  
る愚か者も多くいる。

ਕੇਤੇ ਮੁਰਖ, ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥  
kete murekh khāi khāi

苦しみと飢えに耐えていつもこらしめを受ける者も  
多い。

ਕੇਤਿਆ, ਦੁਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥  
ketia dukh ṭūkh sad mar

それも又、主の恵みである。慈悲深い主よ。

ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ, ਦਾਤਾਰ ॥  
ēhi ḃi dat(i)teri datar

〔輪廻の〕束縛からの解脱は主の御心による。

ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ, ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥  
band(i)khalasi ḃāṇe hoī

主以外の誰も〔解脱を〕言うことができない。

ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥  
hōr(u) akh(i) ne sake koi

〔それを〕言えるという愚か者がおれば、〔来世で〕  
罰を受けるだろう。

ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥  
je ko khaik(u)akhaṇ(i) pai

主はすべてをご存知で、主自らが与えられる。

ਓਹੁ ਜਾਣੈ, ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥  
ōu jāṇe jetia muḃ(i) khai

ਆਪੇ ਜਾਣੈ, ਆਪੇ ਦੇਇ ॥  
ape jāṇe ape dei

それでも、主が我々に与えられるという人は少ない。

ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੋਈ ਕੋਇ ॥  
akhē si ḃi keī keī

主の恵み与えられる者だけが、ナーナクよ、主は  
王の中の王であると称賛する。

ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹੁ ॥  
jis no bakhse siphet(i) salāh

主の徳は高価であり高い〔主の徳を知る精神作用〕  
も高価である。

ਨਾਨਕ, ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥  
nanek patisāi patisā(u)

主の商人も高価、その店も高価。

ਅਮੁਲ ਗੁਣ, ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰ ॥  
amul guṇ amul vapar

ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰੀਏ, ਅਮੁਲ ਭੰਡਾਰ ॥  
amul vaparīe amul ḃanḍar

主のもとに來、主から買物をする者も高価。

ਅਮੁਲ ਆਵਹਿ, ਅਮੁਲ ਲੈ ਜਾਹਿ ॥  
amul avē amul le jāi

主の愛も主に没入することも高価。

ਅਮੁਲ ਭਾਇ, ਅਮੁਲਾ ਸਮਾਇ ॥  
əmul pāi əmula səmāi

主の裁きも、宮殿も尊い。

ਅਮੁਲੁ ਧਰਮੁ, ਅਮੁਲੁ ਦੀਬਾਣੁ ॥  
əmul(u)t̤ərem(u)əmul(u)dibaṇ(u)

主の〔人の行為を測る〕<sup>てんびん</sup>天秤も主のおもりもかけがえない。

ਅਮੁਲੁ ਤੁਲੁ, ਅਮੁਲੁ ਪਰਵਾਣੁ ॥  
əmul(u)tul(u)əmul(u) pərvāṇ(u)

主の恵みも、主の〔承諾の〕しるしもかけがえない。

ਅਮੁਲ ਬਖਸ਼ੀਸ, ਅਮੁਲੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥  
əmul bəkhəis əmul(u)nisaṇ(u)

主の恵みはかけがえがなく、主のご命令もかけがえない。

ਅਮੁਲੁ ਕਰਮੁ, ਅਮੁਲੁ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥  
əmul(u)kerəm(u)əmul(u) phulmaṇ(u)

主のあらゆる御業はすべてかけがえがなく、描写できない。

ਅਮੁਲੇ ਅਮੁਲੁ ਆਖਿਆ ਨ ਜਾਇ ॥  
əmulə əmul(u)akhia nā jai

主よ。つねに主に語りかけることによって、人はあなたの愛にうずもれようとする。

ਆਖਿ ਆਖਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥  
akh(i)akh(i)r̥hē liv lai

ヴェーダやプラーナを誦する者も主の偉大さを歌う。

ਆਖਹਿ, ਵੇਦ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣੁ ॥  
akhē ved paṭh purāṇ

学者たちも主について語る。

ਆਖਹਿ ਪੜੇ ਕਰਹਿ ਵਖਿਆਣੁ ॥  
akhē pəṛē ker̥hē vəkhiṇaṇ

ブラフマーもインドラ神も主をほめたたう。

ਆਖਹਿ ਬਰਮੇ, ਆਖਹਿ ਇੰਦੁ ॥  
akhē bərme akhē ind

<sup>ゴビー</sup>牧女もクリシュナも主をうたう。

ਆਖਹਿ, ਗੋਪੀ ਤੈ ਗੋਵਿੰਦੁ ॥  
akhē gopi tē govind

シヴァもヨーギーも主をうたう。

ਆਖਹਿ ਈਸਰ, ਆਖਹਿ ਸਿਧ ॥  
akhē isər akhē s̥id̥

主により悟りを開いた者もすべて主をうたう。

ਆਖਹਿ, ਕੇਤੇ ਕੀਤੇ ਬੁਧ ॥  
akhē kete kite b̥uḍ

鬼も神も主をたたえる。

ਆਖਹਿ ਦਾਨਵ, ਆਖਹਿ ਦੇਵ ॥  
akhē danəv akhē dev

半神も人もムニ達も下僕も主を語る。

ਆਖਹਿ, ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਸੇਵ ॥  
akhē sur(i)nər muni jən sev

多くの者が主〔の偉大さ〕を語り、語ろうとする。

ਕੇਤੇ ਆਖਹਿ, ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥  
kete akhē akhṇi pāi

主について語りつづけながら〔空しく〕この世を去っ

ਕੇਤੇ, ਕਹਿ ਕਹਿ, ਉਠਿ ਉਠਿ ਜਾਇ ॥  
kete kē kē uṭhiṭhiṭhi jāi



た者も多い。

主がすでに創り給うたものをさらに創られようと  
も、誰も〔主の徳を〕述べることができない。

主は気に召されるほど、偉大となられる。

ナーナクよ。<sup>まこと</sup>真の主は自らの偉大さを知る。

〔主の徳をすべて〕語れるとたわ言をいう愚か者あ  
れば、最も愚か者と書き留められよう。

主よ。あなたが座し給うて、すべてを見つめられる  
戸はどんな〔にすばらしい〕か。その家はどんな〔に  
すばらしい〕か。

無数の楽器が響きわたり、楽師も無数にいる。

無数の調べで主の徳をうたう。主の栄光をうたう吟  
遊詩人の数も無数。

あなたの徳を風、水、火が歌い、あなたの戸口で法  
王もあなたの栄光をうたう。

〔人の善行悪行を記す〕チットラグプタの記録に従  
い、法王は裁く。そのチットラグプタもあなたの栄  
光をうたう。

シヴァ、ブラフマー並びにその妃はつねに主の栄光  
をうたいつづける。

神々に囲まれて玉座に座るインドラも主の門前でう  
たう。

聖者も瞑想して主をうたう。聖者も主を思う。

禁欲者も、誠実な人も悦に入る者もうたう。勇者も  
主を讃えてうたう。

<sup>バンダイト</sup>学<sup>ヴェーダ</sup>者もヴェーダを読む人も、幾世にわたってリシ達  
と共に主をたたえる。

天界、地界、下界において、人の心を奪う天女もあ  
なたをうたう。

ਏਤੇ ਕੀਤੇ, ਹੋਰਿ ਕਰੇਹਿ ॥

ete kite hor(i) kerêi

ਤਾ, ਅਖਿ ਨ ਸਕੀਹਿ ਕੋਈ ਕੋਇ ॥

ta akh(i) nê sakêi kei kei

ਜੇਵਡੁ ਭਾਵੈ, ਤੇਵਡੁ ਹੋਇ ॥

jevêḍ(u) pāve teved(u) hoī

ਨਾਨਕ, ਜਾਣੈ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥

nanak jāṇê sacha soi

ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲਿ ਵਿਗਾੜੁ ॥

je ko akhê bol(i) vigaṛ(u)

ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ ॥੨੬॥

ta likhîe sir(i) gavara gavar(u)

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ, ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ, ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

so dar(u) kēa so kār(u) kēa jit(u) bē sarab samale

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ, ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaje nād anek aṣaṅkha kete vavṇhare

ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ, ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kete rag perī sio kḥian(i) kete gavanhare

ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੇ, ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ,

gavê tuḥnō pauṇ(u) paṇi bēsantar(u)

ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ, ਦੁਆਰੇ ॥

gave rājā dharam(u) duare

ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ,

gavê cit(u) gupt(u) likh(i) jāṇê

ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥

likh(i) likh(i) dharam(u) vicare

ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ, ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gavê isar(u) barmā devī sohen(i) sādā savare

ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇੰਦਾਸਨਿ ਬੈਰੇ, ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gavê ind indasān(i) bēṛhe devtīa dar(i) nālē

ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ, ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥

gavê sīd samādhī andar(i) gavan(i) sād vicare

ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ, ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

gavan(i) jatī satī santokhī gavê vir karare

ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ, ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gavan(i) paṇḍit(i) pṛṇ(i) rakhīsar jūgu jūgu vēdā nālē

ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ, ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥

gavê mōḥiā man(u) mohan(i) surgā makh paīāle

主の創り給うた宝石も、六十八の巡礼地もうたう。

ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ, ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥  
gavən(i)ratən upae tere ə[hse]h(i)tīrəth nale

勇敢な兵士も勇士も、〔卵、胎盤、汗、空気という〕  
四つの根元から生まれたものもうたう。

ਗਾਵਹਿ ਜੋਪ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ, ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥  
gavê jôd mēhabel sūra gavê khaṇi care

あなたに創造された大陸も世界も、あなたに置かれ  
た宇宙もすべて、主〔の徳〕をうたう。

ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ, ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥  
gavê khaṇḍ maṇḍal varbhāṇḍa ker(i)ker(i)rəkhē  
tāre

あなたの喜び給う者、甘露の家であなたの愛に浸っ  
た者だけがあなたの徳をうたう。

ਸੋਈ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਹਿ, ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ,  
soitūḍhno gavê jo tūḍ bhāvan(i)  
ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥  
rate tere bhagat rəsāle

私の知り得ぬ人が外にあなたを讃えてうたう。

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ,  
hor(i)kete gavən(i)se mē cit(i) nē āvan(i)  
ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥  
nanek kia vicare

ナーナクよ。それらの人々はどう描写できようか。

その主こそつねに真理である。主は真理である。  
真理こそその御名である。

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ, ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ, ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥  
soi soi sēdā sēc(u)sahib(u)sacā sacī nāi

たとえこの世が滅んでも、創造主は決して滅びない。

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ, ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥  
hē pī hōsī jāi nē jāsi racnā jin(i) racāi

この世を作り給うた主は、さまざまな方法でさまざ  
まな色と種類を作られた。

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ,  
rangī rangī bhāṭi ker(i)ker(i)  
ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥  
jinsi māia jin(i) upai

主は主の偉大さの氣に召すように、自分の創造され  
た物をご覧になる。

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ,  
ker(i)ker(i)vekhe kīṭā āpaṇā  
ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥  
jiv tis dī vāḍiāi

主は氣に入られた通りになさるだろう。

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ,  
jo tis(u)bhāvē sōi karsī

主に命令することはできない。

ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥  
hukam(u)nē karṇā jāi

ナーナクよ。主は王の中の王であり、主の御心に従っ  
て生きるのがよい。

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ, ਸਾਹਾ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬੁ,  
so patisā(u) sāhā pat(i)sahib(u)  
ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੨੭॥  
nanek rahəṇ(u)rājai

満足をあなたの耳輪とし、謙虚さをあなたの施しを  
受ける袋とし、瞑想を体に塗る灰の代わりにしな  
さい。

ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ, ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਬੋਲੀ,  
munda santokh(u)saram(u)pat(u)bolī  
ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੁਤਿ ॥  
tīan kī kerē bibhūṭ(i)

死について考えることを、つぎをあてた衣とし、処

ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ, ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ,  
khinṭhā kāl(u)kuārī kīāiā jugat(i)

女の体のような純潔をあなたの人生の道とし、主への信心を杖としなさい。

四海同胞愛を〔ヨーガ派の〕最大の目標としなさい。そして、自分の心を制してはじめて、回りの世界を制することができると知りなさい。

私は主を頂礼する。

最初で、純粹で、不始で不滅、永久にお姿の変らない主を。

神の知識を糧とし、慈悲を食を施す者とせよ。

すべての人の心に鳴る神の調べを聞け。

すべてを支配されるのは最高の主自らで、富と奇跡は〔聖者の好みぬ〕変った味である。

出会いと別離は共に世の中の習い。

人は運命によって分け前を得る。

私は主を頂礼する。

最初で、純粹で、不始で不滅、永久にお姿の変らない主を。

主なる母（マヤー）は創造を企てて、三人の弟子を生んだ。

それは、創造主（ブラフマー）、食を施す者（ヴィシュヌ）、破壊する者（シヴァ）。

主はそこご意志と命令に従って、彼らを行動させる。

主は彼らをご覧になるのに、彼らが主を見ないのは不可解である。

私は主を頂礼する。

ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ ॥  
ḍaṇḍā partit(i)

ਆਈ ਪੰਥੀ, ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ,  
ai panthi segel jamati  
ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥  
men(i)jite jag(u)jit(u)

ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥  
ades(u) tise ades(u)

ਆਦਿ ਅਨੀਲ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ  
ad(i) anil(u)anad(i) anāt(i)  
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਵੇਸੁ ॥੨੮॥  
jug(u)jug(u)eko ves(u)

ਭੁਗਤਿ ਗਿਆਨੁ, ਦਇਆ ਭੰਡਾਰਨਿ,  
pūget(i)gian(u) deia pāḍāran(i)

ਘਟਿ ਘਟਿ ਵਾਜਹਿ ਨਾਦ ॥  
kṛṭ(i)kṛṭ(i)vajē nad

ਆਪਿ ਨਾਥ, ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ,  
ap(i) nath(u) nathi sēb ja kī  
ਰਿਪਿ ਸਿਪਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥  
rīd(i)sīd(i)avra sad  
ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ,  
saṁjog(u)vijog(u)dui kar calavē

ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥  
lekhe avē pāg

ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥  
ades(u)tise ades(u)

ਆਦਿ ਅਨੀਲ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,  
ad(i) anil(u) anad(i)anahet(i)  
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਵੇਸੁ ॥੨੯॥  
jug(u)jug(u)eko ves(u)  
ਏਕਾ ਮਾਈ, ਜੁਗਤਿ ਵਿਆਈ, ਤਿਨਿ ਚੇਲੇ ਪਰਵਾਣੁ ॥  
eka mai jugat(i) viai tin(i)cele parvaṇ(u)

ਇਕੁ ਸੰਸਾਰੀ, ਇਕੁ ਭੰਡਾਰੀ, ਇਕੁ ਲਾਏ ਦੀਥਾਣੁ ॥  
ik(u)sansari ik(u)pāḍāri ik(u) lae dīṭhāṇ(u)

ਜਿਵ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ, ਤਿਵੈ ਚਲਾਵੈ, ਜਿਵ ਹੋਵੈ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥  
jiv tis(u) pāve tīve celave jiv hove phurmaṇ(u)

ਓਹੁ ਵੇਖੈ, ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ, ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥  
ô(u)vekhē ona nader(i) ne ave bṛṭa ê(u)viḍāṇ(u)

ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥  
ades(u) tise ades(u)

最初で、純粹で、不始で不滅、永久にお姿の変らない主を。

どの世にも主の御座と宝庫がある。

主はその宝庫に一度だけすべてのものを入れられた。

主は自分の創られた物をじっと見守っておられる。

ナーナクよ。<sup>まこと</sup>真の主の<sup>みわざ</sup>御業は<sup>まこと</sup>真である。

私は主を頂礼する。

最初で、純粹で、不始で不滅、永久にお姿の変らない主を。

私の一枚の舌が十万の舌になり、さらに二百万になろうとも、その舌で何十万回でも<sup>ジアグディ-シユ</sup>世界の主の名だけを唱える。

この道にある階梯を登って私〔花嫁〕は背の君と一つになろう。

天界の話を聞けば虫ケラさえも、主に会いたい気持ちにかられる。

ナーナクよ。主の恵みにより神を得る。おごるものはすべて欺瞞である。

話す力も黙る力も〔我らには〕ない。

乞う力も与える力も〔我らには〕ない。

生きる力も死ぬ力も〔我らには〕ない。

心を揺さぶるような版図も富も〔我らには〕ない。

神の知識を獲得して主を瞑想する力を得る能力も〔我らには〕ない。

ਆਦਿ ਅਨੀਲ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,  
ad(i) enil(u) anad(i) anahet(i)  
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਵੇਸੁ ॥੩੦॥  
jug(u)jug(u)eko ves(u)  
ਆਸਣੁ ਲੋਇ ਲੋਇ ਭੰਡਾਰ ॥  
asan(u) loi loi pñḍar

ਜੋ ਕਿਛੁ ਪਾਇਆ, ਸੁ ਏਕਾ ਵਾਰ ॥  
jo kich(u) paia su eka var

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰੁ ॥  
ker(i)ker(i)vekhe sirjñhar(u)

ਨਾਨਕ, ਸਚੇ ਕੀ ਸਾਚੀ ਕਾਰ ॥  
nanak sace ki saci kar

ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥  
ades(u) tisc ades(u)

ਆਦਿ ਅਨੀਲ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,  
ad(i) enil(u) anad(i) anahet(i)  
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਵੇਸੁ ॥੩੧॥  
jug(u)jug(u)eko ves(u)

ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੈ ਲਖ ਹੋਹਿ, ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥  
ik du jīḃo lekḥ hor lekḥ hovē lekḥ vis  
ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੋੜਾ ਆਖੀਅਹਿ, ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥  
lekḥ(u)lekḥ(u)geṛa akhiē ek(u)nam(u)jagdis

ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ, ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥  
et(u)rāi pat(i)paveṛia ceṛie hor ikis

ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ, ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥  
suṇ(i)gela akas ki kiṭa ai ris

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ, ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥  
nanak nadri paie kūṛi kūṛē ṭhīs

ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ, ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥  
akḥaṇ(i)jor(u)cupe nē jor(u)

ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ, ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥  
jor(u)ne maṅgaṇ(i)deṇ(i)ne jor(u)

ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ, ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥  
jor(u)ne jīvaṇ(i)meraṇ(i)nē jor(u)

ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥  
jor(u)ne raj(i)mal(i)man(i)sor(u)

ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥  
jor(u)ne surati gīan(i)vicar(i)

この世から逃れる力も〔我らには〕ない。

ਜੇਹੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥  
jor(u) nā jugeti chuṭe sēsar

その力を有する主のみが、その力を行使する。

ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੇਹੁ, ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥  
jis(u)hath(i)jor(u)kar(i)vekhe soi

ナーナクよ。主の前では高い者も卑しい者もない。

ਨਾਨਕ, ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥  
nanek utam(u)nic(u)nā koi

主は夜と季節と月、日付、曜日を創り給うた。

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥  
rati ruti thiti var

大気と水と火と瞑界を創られた。

ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥  
paveṇ paṇi agni patal

そのまん中に、主を<sup>グルム・サール</sup>瞑想する家として地球を創り給うた。

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ, ਧਰਤੀ ਥਾਪੀ ਰਖੀ ਧਰਮਸਾਲ ॥  
tis(u)vic(i)tērti thap(i)rekhi tēremsal

そこに、さまざまな色をもった、さまざまな<sup>いさものの</sup>生物を住まわせられた。

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ, ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥  
tis(u)vic(i)ji juget(i)ke rang

その名前は多様で無限。

ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ, ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥  
tin ke nam anek anant

人は業によって裁かれる。

ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
kermi kermi hoi vicar(u)

主は自ら<sup>まこと</sup>真であり、その住まわれる<sup>まこと</sup>宮殿も真である。

ਸਚਾ ਆਪਿ, ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥  
sacā ap(i) sacā darbar(u)

そこには、主の恵みのしるしを得た神々しい聖者がおわし、善と悪が試される。

ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥  
tithe mohan(i)pañc pervaṇ(u)  
ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥ ਕਚ ਪਕਾਈ, ਓਥੈ ਪਾਇ ॥  
nadri keram(i)pave nisaṇ(u) kac pakai othe pai

ナーナクよ。そこにたどりつけば〔このことが〕分る。

ਨਾਨਕ, ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥  
nanek gaia japē jai

これが〔人間発達の五段階の〕<sup>グラム・カンド</sup>敬虔の段階の法である。

ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥  
tērem khənḍ ka ēo tērem(u)

〔次の〕<sup>ギヤーン・カンド</sup>知恵の領域について言うならば、大気と水と火とクリシュナ神とシヴァ神が沢山いて、多くのブラフマーがいて、さまざまな形と色で装いを凝らしている。

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥  
gian khənḍ ka akhəu keram(u)  
ਕੇਤੇ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ, ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥  
kete paveṇ paṇi vesantar kete kām meēs  
ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ, ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥  
kete barṁe kārṭ(i)kōṛic rūp rang ke ves

行動の場は数知れずあり、山も無数にある。

ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ,  
ketiā keram bhūmī mer kete

無数の北極星が教訓を学んでいる。

ਕੇਤੇ ਧੁ ਉਪਦੇਸ ॥  
kete ṭhū upedes

無数のインドラ神，月，太陽，宇宙，国がある。

ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ, ਸੂਰ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥  
kete ind cend sūr kete kete maṇḍal des

ヨーギー，悟りを開いたもの，禁欲者，女神の数々の形。

ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥  
kete sīd bōd nath kete kete devi ves

多くの神，悪魔，聖者，大海と宝石。

ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ, ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥  
kete dev danev muni kete kete ratan samund

多くの〔創造の〕源，言葉，王朝。

ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ, ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ, ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥  
ketia khaṇi ketia baṇi kete pat narind

神の知識をもつ人も数知れず，神の下僕も数知れずいる。

ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ, ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ,  
ketia surti sevāk kete

ナーナクよ。〔すべてはこのように〕無限にある。

ਨਾਨਕ, ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥  
nanak ant(u) nē ant(u)

ギャーン・カンド  
知識の領域では，ブラフマーの知識がさん然と輝く。

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ, ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥  
gian khaṇḍ mē gian(u) parcāṇḍ(u)

そこでは，神秘の音楽が奏<sup>かな</sup>でられ，無限の喜びと悦楽が生まれる。

ਤਿਥੈ, ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥  
tithe nād binod koḍ anand(u)

サラム・カンド  
精進の領域の言葉は美である。

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥  
sarām khaṇḍ kī baṇi rūp(u)

そこは，比類なく美しく飾られている。

ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ, ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥  
tithe ghāṛṭ(ī)kṛiē bhit(u) anup(u)

その場所の話は描写できない。

ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ, ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥  
ta kia gela kethia na jāi

〔それを敢えて〕描写しようとする者は後で悔いる。

ਜੇ ਕੇ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥  
je ko keḥe piche pch(u)tai

そこでは，知恵，心，魂，意識が新たに作られる。

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ, ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬਧਿ ॥  
tithe kṛiē sūṛṭ(ī)mət(ī)maṇ(ī)bōd(ī)

そこでは，聖者の霊が新たに作られる。

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ, ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥  
tithe kṛiē sura sīdā kī sōd(ī)

カラム・カンド  
恵みの領域の言葉には，霊の力がある。

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥  
karām khaṇḍ kī baṇi jor(u)

そこに住むのはただ一人，勇敢な兵士のみである。

ਤਿਥੈ, ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥ ਤਿਥੈ, ਜੋਧ ਮਹਾ ਬਲ ਸੂਰ ॥  
tithe hor(u)nē koi hor(u) tithe jōd maha bal sūr

彼らには，主<sup>ラーム</sup>の御霊があふれるほど宿っている。

ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥  
tin mē ram(u) rēa pōrpur(ī)

多くの勇気ある女性達も誇らかにそこに侍る。

ਤਿਥੈ, ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ, ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥  
tithe sito sita mēma māi

その美しさは言い表わせない。

ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ, ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥  
ta ke rūp na kethne jāi

主の御霊を宿した彼らは、死ぬこともなく、欺かれることもない。

ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥  
na ōe marē na ṭhage jāi  
ਜਿਨ ਕੈ, ਰਾਮੁ ਵਸੈ, ਮਨ ਮਾਹਿ ॥  
jin ke ram(u)vesē men māi

幾つもの世界の<sup>ベガト</sup>大聖人もそこに住む。

ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ, ਕੇ ਲੋਅ ॥  
tithe bhagat vesē ke lo

彼らは楽しむ。その心<sup>マント</sup>に真の主が住まわれるから。

ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ, ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥  
kerē anand(u)seca man(i) soi

<sup>サッチ・カンド</sup>真の領域では、<sup>ニラン・カール</sup>形無きお方がお住まいで、被造物を守り、惜しみなく恵みを施し、喜びを与えられる。

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥  
sac khaṇḍ(i)vesē nireṅkar(u)  
ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ, ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥  
ker(i)ker(i)vekhe nader(i) nihāl

その領域には、大陸と世界と銀河がある。

ਤਿਥੈ, ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ ॥  
tithe khaṇḍ mṇḍal verbhṇḍ

それを述べようとすれば無限だ。

ਜੋ ਕੋ ਕਥੈ, ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ ॥  
jo ko kethē te ant na ant

そこは、世界の上に世界が重なり、形あるものに形あるものが重なる。

ਤਿਥੈ, ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ ॥  
tithe lo lo akar

万物は主の御心の命じる通りの働らきをもつ。

ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ ॥  
jiv jiv hukem(u)tivē tiv kar

主は自らの創り給うたものを眺め、思われ、悦に入られる。

ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ, ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥  
vekhe vigse kr(i)vicar(u)

ナーナクよ。サッチ・カンドを言い表わすのは、固い鉄〔を食べるの〕と同様に、難しい。

ਨਾਨਕ, ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥੩੭॥  
nanek kethna karṛa sar(u)

禁欲をかまどとせよ。忍耐を金工師とせよ。

ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ ॥  
jat(u)pahara dhīraj(u)suniar(u)

理解をかなとことせよ。ヴェーダを道具とせよ。

ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ, ਵੇਦੁ ਹਥਿਆਰੁ ॥  
ēraṇ(i)met(i)ved(u)hethiar(u)

〔神への〕恐れをふいごとし、贖罪を火とせよ。

ਭਉ ਖਲਾ, ਅਗਨਿ ਤਪ ਤਾਉ ॥  
bhō khala agni tap tao

主の愛を甘露の注がれる食器とせよ。

ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ, ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ ॥  
bhāṇḍa bhāū ammrīt(u) tit(u) ṭāl(i)

このように、<sup>まこと</sup>真の鑄造所で主の御言葉が作られる。

それが、主の恵みのまなざしを受ける者の日毎の仕事。

ナーナクよ。慈悲深い主の恵みを受ける者は幸わせた。

<結び>

グルなる大気、父なる水、母なる広大な土。〔我らはこの三つから作られている〕

昼と夜が子供を見守る子守のように、全世界を守ってくれる。

〔その〕<sup>いきもの</sup>膝であらゆる生物が遊ぶ。

我らの業は、善きも悪しきも、神の法廷の裁きに至る。

各々の業に従って、神の座に近く座る者もいるし、遠くに退けられる者もいる。

主の御名を瞑想した者は、骨身を惜しまない献身的な者だ。

ナーナクよ。彼らの顔は喜びに輝いている。

こうして多くの者が解放されるのだ。

ਪ੍ਰੀਤੈ ਸਬਦੁ, ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ ॥

kō[ɪe səbəd(u)səci [əksal

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ ॥

jīn kəo nəder(ɪ)kərem(u)tīn kar

ਨਾਨਕ, ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥੩੮॥

nanak nəderi nəder(ɪ) nihal

ਸਲੋਕੁ ॥

səlok

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ, ਪਾਲੀ ਪਿਤਾ, ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ ॥

pevəŋ(u)guru paŋi pita mata tār̥ti məhet(u)

ਦਿਵਸੁ ਰਾਤਿ ਦੁਇ ਦਾਈ ਦਾਇਆ, ਖੇਲੈ ਸਗਲ ਜਗਤੁ ॥

dīves(u)ratī dui dai daia khele sagal jagat(u)

ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ,

ceṅgiaia buriaia

ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ ॥ ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ,

vace tōrem(u)hədūr(ɪ) kərmī apo ap̥ṇi

ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ ॥

ke neṛ̥e ke dūr(ɪ)

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ, ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥

jīni nam(u)tiāia gae məskət(ɪ) kāl(ɪ)

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ॥

nanak te mukh ūjle

ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ॥੧॥

keti chuṭi nal(ɪ)